

Valores en guardia

XAVIER IGLESIAS I REIG*

Doctor por la Universitat de Barcelona

Maestro de esgrima.

Profesor del INEFC-Barcelona

BLANCA ANGUERA BLANCH

Licenciada en Educación Física.

Maestro de esgrima.

Profesora de Educación Física

CARLES GONZÁLEZ ARÉVALO

Doctor por la Universitat de Barcelona.

Profesor del INEFC-Barcelona

Correspondencia con autores/as

* xiglesias@gencat.net

Resumen

“Valores en guardia” es una unidad didáctica de diez sesiones de duración que utiliza un deporte de adversario, la esgrima, como medio para educar en valores al alumnado de 1.º de ESO. Las características intrínsecas de este deporte y, sobre todo, los valores que se desprenden de su práctica justifican la presencia de esta propuesta didáctica en la programación del área de educación física en los centros educativos. Para llevarla a cabo sólo será necesario adquirir un *sable espuma* para cada alumno (un material sencillo, económico y seguro) y adaptar la progresión metodológica de la esgrima que presentamos a continuación a las características del alumnado.

La programación en educación física en unidades didácticas facilita la distribución de los contenidos del área a lo largo de la etapa. En este sentido, esta unidad de esgrima puede servir de orientación para elaborar otras, sobre todo por el papel relevante de los objetivos planteados, realistas y cuantificables, y su evaluación a partir de criterios observables.

Palabras clave

Esgrima, Educación Física, Unidad Didáctica, Sable espuma, Valores, Combate.

Abstract

Values on guard

“Values on guard” it’s a didactic unit of ten sessions of duration that uses a sport of opponent, the fencing, as a means to educate on values the students of first course of secondary education. The intrinsic characteristics of this sport and, especially, the values that transpire from its practice justify the presence of this didactic proposal in the programming of the physical education area in the educational centers. Just to carry it out it will be necessary to acquire a foam sabre for each pupil (a simple, economical and sure material) and to adapt the methodological progression of the fencing that we present next to the characteristics of the students. The programming in physical education in didactic units facilitates the distribution of the contents of the area along the stage. In this sense, this unit of fencing can serve as orientation to elaborate some of other especially for the relevant role of the goals brought up, realistic and measurable, and their evaluation from observable criteria.

Key words

Fencing, Physical Education, Didactic Unit, Combat, Values, Foam Sabre.

Introducción

La esgrima es una de las actividades donde, desde la iniciación a la alta competición, desde la escuela hasta los centros de alto rendimiento, y desde el aficionado al profesional mantiene como elemento intrínseco a su práctica el respeto a uno mismo, a los rivales, a los compañeros, al maestro y a los materiales utilizados.

Según Zatzorski (1989), la esgrima es un deporte de carácter compensable entre las diferentes variables que condicionan el rendimiento. Esto la convierte en un de-

porte abierto a diferentes perfiles biotipológicos; una actividad de lucha en la que no existen diferenciaciones o clasificaciones en función del peso corporal y, por tanto, exenta de los condicionantes de otros deportes de combate.

Las principales aportaciones de la esgrima a la escuela las encontramos en diferentes ámbitos:

En el ámbito psicológico, la práctica de un deporte individual permite reforzar la confianza en uno mismo, y su carácter de lucha, con oposición directa, permite

desarrollar el autocontrol ante situaciones diversas. El elevado número de estímulos (ataques directos, fintas, paradas...) y la constante interacción con el rival hacen necesario un elevado componente de atención-concentración.

En el ámbito psicomotor hay que destacar que la asimetría de la esgrima ayuda a la afirmación de la lateralidad y la estructuración del esquema corporal. Además, es un deporte donde existe un gran control del equilibrio dinámico y una organización espacial diferenciada, condicionada por el uso de un objeto-implemento que provoca la variación en la percepción habitual de la distancia por parte del alumno; implica también una gran coordinación específica mano-piernas, el desarrollo de la precisión (coordinación oculomanual) y un elevado tratamiento de la información ante las múltiples situaciones de combate que se suceden: “...(*las acciones de esgrima*)... *afectan, a la vez, la vertiente perceptiva y la vertiente motora en cada una de las acciones de los dos oponentes...* (Popelin, 2002)”.

En el ámbito actitudinal la principal característica es el trabajo permanente sobre los valores intrínsecos de la esgrima. Basándonos en Touchard (1990), podemos destacar los siguientes:

- Respeto al rival.
- Consideración hacia el árbitro y a sus decisiones.
- Deferencia al maestro.
- Respeto a los compañeros en los ejercicios de aprendizaje y sinceridad en la ejecución del rol de árbitro.
- Valoración y cuidado del material.
- Reconocimiento y aceptación de la derrota y de los tocados recibidos.
- Correcta actitud ante la victoria (respeto al rival, saludo...).

Además, la esgrima de alta competición es uno de los pocos deportes donde aún hay deportistas que ayudan al árbitro en situaciones que le son desfavorables, como por ejemplo rechazar un tocado que se da ganador por un error de observación arbitral.

En el ámbito de la condición física, la esgrima permite trabajar las diferentes cualidades: la fuerza explosiva, gracias a la potencia de los desplazamientos; la velocidad gestual de las acciones con el arma; la resistencia se desarrolla con la intermitencia de las acciones y, finalmente, la flexibilidad, necesaria para conseguir la amplitud de movimiento en la técnica del fondo.

Pero pese a que una buena condición física favorece el rendimiento en los asaltos, este deporte individual de oposición permite un combate controlado, interviniendo por la existencia de un arma que ayuda a equilibrar las diferencias de fuerza entre alumnado diferente. De hecho, el importante componente técnico-táctico de la esgrima hace que la condición física sea un instrumento más en la consecución del rendimiento y no un objetivo en sí mismo.

Finalmente, si valoramos estrictamente el ámbito cognitivo, la necesidad de tomar decisiones de forma rápida y acertada hace de la esgrima una partida de ajedrez de alta velocidad mental. En la esgrima hay mucha estrategia, pero, a diferencia del ajedrez, no se puede detener el reloj para pensar; las acciones se precipitan en milésimas de segundo y es imprescindible estar preparado. El desarrollo del pensamiento táctico es una de las principales cualidades de este deporte.

La importancia de trabajar de forma conjunta las capacidades físicas con las cognitivas hace que unas sin otras no resulten efectivas, trabajando con el alumnado de una manera integral. Las niñas y los niños necesitarán diferenciar, reconocer y utilizar diferentes ritmos de actuación, y tendrán que responder de manera adecuada, con parámetros mentales similares, a las diversas situaciones de combate que se les presenten.

El hecho de ser un “deporte de situación” implica una gran variabilidad de acciones. Por tanto, será necesario adaptar los aprendizajes técnicos a las diferentes situaciones de juego que genera la interacción con el rival.

Así pues, la propuesta de unidad didáctica que presentamos a continuación permitirá al profesorado de educación física incluir la esgrima en las programaciones con un material alternativo asequible y muy seguro.

Contextualización

Características del alumnado

Se propone una unidad didáctica de esgrima de 10 sesiones para un grupo-clase de aproximadamente 30 alumnos de 1.º de ESO, de una edad comprendida entre 12 y 13 años, y con un grado de conocimiento y práctica de la esgrima prácticamente nulo.

El material alternativo propuesto, los sables espuma, es más adecuado, por dimensiones y tipología, a las edades de 1.º de ESO que en edades posteriores.

El alumnado de 12 años se incorpora a una nueva etapa, la educación secundaria obligatoria, y la esgrima

es un deporte de adversario que colaborará en la consolidación de muchos valores trabajados en la etapa de primaria que tienen que ver con el respeto hacia otro compañero. Además, el hecho de manipular un arma inofensiva hará posible el trabajo de la responsabilidad hacia el adversario con el cual se está enfrentando.

Justificación curricular

Los objetivos generales de la etapa de ESO se adecúan perfectamente a esta actividad cuando describen que *“al acabar la etapa, el alumnado debe ser capaz de: ...participar en las diferentes actividades físicas y deportivas y valorar los aspectos que fomentan el respeto y la cooperación entre los participantes... como también el conocimiento y respecto del material y las instalaciones...”*.

El currículum de educación física del Departamento de Enseñanza de la Generalitat de Catalunya (2002), define que en la formación del alumnado de ESO *“...se prioricen los contenidos de decisión y de ejecución”* con *“... el objetivo de ampliar las habilidades adquiridas y adaptarlas a situaciones motrices más complejas”*.

En los objetivos terminales del primer ciclo de la ESO se describe la necesidad de *“... aceptar las diferencias de habilidad entre las personas, sin discriminación por razones de sexo o capacidad física.”* En este aspecto, la esgrima se constituye como un deporte ideal, dado que, casi de forma segura, se trata de un reto nuevo para todo el alumnado y puede ser practicado sin distinción de sexo o condición biotipológica.

Como en 1.º de ESO es prescriptiva la realización de deportes de oposición, estos elementos pueden ser logrados mediante la esgrima, un deporte en el que los mecanismos de observación, análisis y decisión son fundamentales en la expresión final del proceso, y donde la ejecución siempre está condicionada por el factor situacional que genera el compañero-rival. El aprendizaje técnico y toda la dinámica de desplazamientos y trabajo sobre equilibrio dinámico específico se adapta perfectamente a la selección de procedimientos orientados al trabajo de las cualidades físicas como *“... la ejercitación de cualidades físicas básicas como fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad”*.

En la enseñanza de la esgrima se da gran importancia a la educación en valores mediante el respeto a los compañeros, a los rivales, al profesorado y al material; el reconocimiento de ser tocado por el rival; la canalización de

la agresividad; el respeto y seguimiento de las normas; el saludo antes y después los asaltos y de los diferentes trabajos con compañeros, etc., hacen del todo compatible el desarrollo de los valores, normas y actitudes descritos en esta etapa, como son la *“... tolerancia hacia los comportamientos de los otros; aceptación de los resultados en los juegos y los deportes y aceptación de las reglas y normas de la actividad física.”*

Recursos materiales e instalaciones

Como material específico se requieren 30 sables espuma. El sable espuma es un material alternativo de la esgrima que permite la realización de una práctica segura de los fundamentos básicos de este deporte sin la necesidad de otras protecciones complementarias. Se trata de un arma de espuma blanda, ligera y resistente, que imita la forma de un sable (sable espuma). Su bajo coste lo hace asequible, teniendo en cuenta los reducidos presupuestos de los departamentos de educación física de los centros escolares; incluso pueden ser fabricados por el mismo alumnado, aunque las dimensiones son variables, dependiendo del fabricante. En la *figura 1* se muestran las medidas de uno de los modelos más utilizados.

L. Alarcia y cols. (2000) exponen las limitaciones técnicas que supone la práctica de la esgrima con el sable espuma teniendo en cuenta su excesiva laxitud, pero recomiendan su uso haciendo incidencia en el pensamiento táctico y el desarrollo del sentido del tiempo y la distancia.

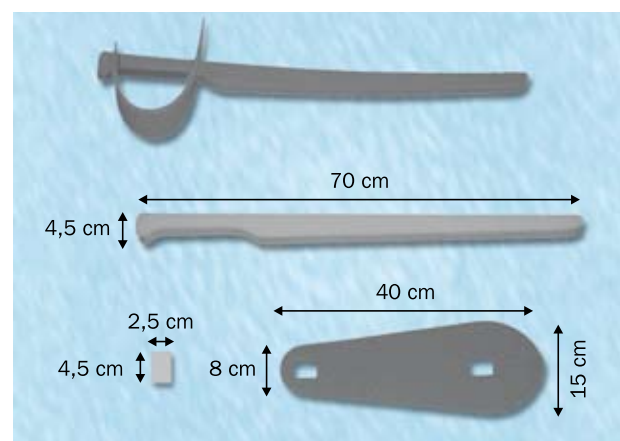


Figura 1

Dimensiones del sable espuma.

Como material complementario de apoyo es aconsejable disponer de petos de diferentes colores, conos para delimitar el terreno y globos. Los conos permiten acotar el espacio y adaptarlo a las necesidades sin tener que marcar el suelo. Con los globos se pueden realizar actividades de control gestual (desplazarse dirigiendo el globo con la punta del arma) y de la distancia (desplazarse manteniendo un globo en contacto entre los sables espuma de dos alumnos –en paralelo o enfrentados–).

La instalación ideal para la práctica de la esgrima es un gimnasio o pista polideportiva de suelo sintético de unas medidas aproximadas de 40 x 20 m. Esta actividad posibilita su aplicación en otras superficies como el parque o pistas exteriores.

Objetivos didácticos

En la unidad didáctica de iniciación a la esgrima se pretende que el alumnado adquiera los conocimientos y los patrones básicos de este deporte con el propósito de practicarlo de manera autónoma y eficaz, y disfrutar de una actividad que integra plenamente su desarrollo físico, mental y actitudinal.

Al acabar esta unidad didáctica, el alumnado será capaz de:

- Reconocer la distancia individual con la utilización del sable espuma.
- Ejecutar los desplazamientos específicos de la esgrima: marchar, romper y fondo.
- Adquirir un dominio básico de las principales técnicas: ataques, paradas y respuestas.
- Diferenciar las acciones de la esgrima: ofensiva, defensiva y contraofensiva.
- Reconocer los elementos fundamentales del arbitraje: la aplicación del reglamento, la dirección del combate mediante las voces del árbitro y la frase de armas.
- Respetar la aplicación del reglamento por parte de los compañeros.
- Saludar a los compañeros antes y después de cada tarea y al árbitro, si lo hubiera.

Contenidos





Es imprescindible trabajar los tres tipos de contenidos de manera conjunta, incorporándolos al aprendizaje de manera progresiva. Dada la especificidad de los mismos, en la *tabla 1* se presenta una breve descripción de los elementos básicos de la esgrima que componen esta unidad didáctica.





A. Técnica de piernas

A3	A2	A1	B3	B2	B1
Guardia: posición básica de la esgrima (A1). De perfil, y con las piernas semiflexionadas. Pies en ángulo recto y separados a la altura de las caderas.	Marchar: paso adelante que se inicia con la pierna adelantada (A1→A2) y finaliza en la posición de guardia (A3). Romper: Paso atrás que se inicia con la pierna atrasada (A3→A2) y acaba en la posición de guardia (A1).		Fondo: movimiento de ataque en que primero se estira el brazo armado (B1), y después, de forma simultánea, la pierna delantera se proyecta adelante, impulsada por una extensión de la pierna posterior (B2), con la extensión del brazo no armado atrás, hasta bloquear el movimiento con extensión del brazo armado, flexión a 90° de la pierna adelantada y extensión de la pierna y brazo posteriores (B3). Se trata de un movimiento explosivo pero controlado.		

Tabla 1
Contenidos teóricos adaptados de la esgrima.

B. Técnica de mano

			
C1	D1	D2	E1
Toma del arma: el dedo pulgar presiona ligeramente el puño y el resto de dedos hacen la toma. La cazoleta protege la mano (C1).	El saludo previo: se realiza mirando al rival, con el arma delante de la cara (D1), adelantándola hacia el rival (D2) y recuperando la posición inicial (D1).		El saludo final: se realiza con un apretón de manos con la mano no armada (E1).

			
F1	G1	H1	I1
Tocado de corte a la cabeza: extensión del brazo y fondo (F1) con un golpe de dedos a la cabeza. Los dedos –pulgar e índice– marcan, con un golpe de muñeca, el tocado.	Parada de 5.ª: su objetivo es bloquear los tocados del rival a la cabeza (G1).	Parada de 4.ª: tiene por objetivo bloquear los tocados del rival al interior (H1).	Parada de 3.ª: tiene por objetivo bloquear los tocados del rival al exterior (I1).

C. Acciones de esgrima

Ofensivas	Acciones con el objetivo de tocar al rival y en las cuales el tirador tiene la iniciativa. La realiza el primero que intenta tocar el brazo armado y haciendo un fondo. Hay dos tipos: los ataques (primera acción ofensiva) y las respuestas , que se ejecutan inmediatamente tras haber realizado una acción defensiva.
Defensivas	Acciones con el objetivo de evitar el tocado del rival. Hay dos tipos: las paradas (con el arma: 5.ª, 4.ª, 3.ª...) y la defensa con la distancia , dejando corto al ataque del rival con los desplazamientos (romper, normalmente).
Contraofensivas	Acciones con el objetivo de tocar el rival pero sin la iniciativa. Los contraataques son acciones –contraofensivas– de tocar sobre un ataque o una respuesta del rival. Las continuaciones de un ataque que ha sido bien defendido por el rival también serán considerados contraataques.
Preparaciones	Cualquier otra acción realizada para favorecer las ofensivas, defensivas o contraofensivas. Entre otras, tenemos las fintas (engaños) y los batimientos (golpeo al arma del rival previo a hacer un ataque o para provocarlo).

Tabla 1 (continuación)
Contenidos teóricos adaptados de la esgrima.

Contenidos conceptuales

- Las técnicas de mano y piernas:
 - La guardia y los desplazamientos.
 - La toma del arma, los tocados y las paradas.
- Las acciones de esgrima: ofensivas, defensivas y contraofensivas.
- El saludo:
 - El saludo inicial y final.
- La reglamentación (adaptada al sable espuma):
 - La pista (zona de combate).
 - El sistema de competición.
 - La “poule” (liguilla).
 - Los asaltos y su duración.
 - La forma de tocar y ganar los puntos.
- El arbitraje:
 - Las voces del árbitro.
 - Los roles de árbitro, de asesor y de anotador.

Contenidos procedimentales

- Ejecución de la técnica de piernas en la esgrima:
 - Posición de guardia.
 - Marchar.
 - Romper.
 - Fondo.
- Realización de la técnica de mano del sable:
 - Toma del arma.
 - Golpe de dedos.
 - Tocados de corte a diferentes blancos.
 - Paradas.
 - Respuestas.
- Gestión de la distancia individual de tocado.
- Aplicación de las acciones de esgrima en situaciones de juego:
 - Ofensivas.
 - Defensivas.
 - Contraofensivas.
 - Preparaciones.
- Ejecución del saludo:
 - Inicial, con el arma.
 - Final, con la mano no armada.
- Aplicación del arbitraje:
 - Dirección del asalto con las voces del árbitro
 - Realización de los roles de árbitro, de asesor y de anotador.

Contenidos actitudinales

- Saludo al inicio y al final de cada actividad.
- Participación activa en las sesiones.

- Aceptación del propio nivel de ejecución.
- Respeto por los compañeros, las reglas y los materiales.
- Control de la agresividad en las acciones.
- Aceptación de los diferentes roles (tirador, árbitro, asesor...).
- Reconocimiento de los tocados recibidos o no ejecutados correctamente.
- Aplicación de los valores en la práctica de la esgrima.

Actividades de enseñanza-aprendizaje

Las actividades que se presentan a continuación y que desarrollamos en esta unidad didáctica son globales, significativas para el alumnado, potencian la participación, variadas y producen un buen efecto fisiológico.

Cada actividad de enseñanza-aprendizaje se ha ubicado dentro del objetivo que persigue su ejecución y van acompañadas, además, de consejos metodológicos que ayudarán a su puesta en práctica.

OBJETIVO 1

Reconocer la distancia individual con la utilización del sable espuma como implemento en la actividad

- Práctica de juegos de persecución con condicionantes sobre la forma de tocar

Consejo metodológico

Conducir al alumnado, mediante el descubrimiento guiado, desde ejercicios de todos contra todos, a actividades de grupos reducidos (asociación de colores, números...) con selección del blanco donde tocar, hasta llegar a tareas de máximo control, en parejas y espacio limitado.

OBJETIVO 2

Ejecutar los desplazamientos específicos: marchar, romper y fondo

- Ejecución de ejercicios de aprendizaje de las técnicas de piernas dirigidos por el profesorado
- Práctica de juegos de imitación y seguimiento (el espejo, el rey, etc.)
- Práctica de juegos tradicionales adaptados a los desplazamientos de la esgrima (el pañuelo, 1-2-3 “florete”, -pica pared-, etc.).

- Aplicación de los desplazamientos de esgrima en ejercicios de control de la distancia de tocado con el rival.
- Realización de formas jugadas donde se trabajen los cambios de ritmo, modificando la distancia entre compañeros y con diferentes niveles de oposición.
- Práctica de ejercicios de habilidad con el sable espuma con elementos externos (globos, picas...).

Consejo metodológico

Integrar el logro de los objetivos 1 y 2 mediante el trabajo en parejas donde cada alumno realiza con su compañero el ejercicio propuesto por el profesorado. En los primeros ejercicios recomendamos mantener fijas las parejas para ayudar a estabilizar la técnica.

OBJETIVO 3

Adquirir un dominio básico de las principales

técnicas: ataques, paradas y respuestas

- Ejecución de ejercicios de desplazamientos con sable espuma con golpe de dedos, seleccionando diferentes blancos de tocado y variando los ritmos de ejecución.
- Práctica de ejercicios en los que el alumnado desarrolle el concepto de “defensa con la distancia”, dejando corto el ataque de los rivales.
- Práctica de juegos, con acotación de la distancia y de los desplazamientos, sobre acciones de ataque con dos marchar y fondo, y defensa con la distancia.

Consejo metodológico

Las acciones defensivas se deben basar en dejar cortos los ataques con la distancia (defensa con la distancia). La progresión debe realizarse limitando los ciclos de defensa-respuesta: primero “A” ataca y “B” se defiende; después “B” tendrá opción de realizar una respuesta a “A” una vez se ha defendido. Más adelante “A” podrá hacer una nueva ofensiva si se ha defendido correctamente de “B”, y así sucesivamente. Es importante limitar a 2 marchar y un fondo las acciones ofensivas; las de defensa vendrán condicionadas por la gestión de la distancia.

- Realización de ejercicios de aprendizaje de las paradas de 5.^a 4.^a y 3.^a según los ataques recibidos en las líneas alta (cabeza), interior (abdomen) y exterior (espalda) respectivamente.

- Ejecución de series de combinación de ejercicios de parada y respuesta

Consejo metodológico

Con el sable espuma se pueden realizar muchos juegos en los que se desarrolla la velocidad de reacción simple y electiva, así como combinaciones de acciones motrices de elevada complejidad (ataques, paradas, respuestas, etc.) si se tiene suficiente cuidado del control de los movimientos.

El sable espuma está fabricado con un material muy blando y cuando se hacen paradas, en una situación de juego, no tiene suficiente consistencia y se dobla. El profesorado puede diseñar actividades muy controladas en las cuales el alumnado bloquea los movimientos de las paradas (como si se tratara de una “kata” de otros deportes de combate).

- Ejercitación de formas jugadas donde el alumnado realice acciones de ataque a diferentes blancos y diferentes combinaciones de defensa (con la distancia y el arma).

OBJETIVO 4

Diferenciar las acciones de la esgrima:

ofensiva, defensiva y contraofensiva

- Práctica de juegos, con acotación de la distancia y de los desplazamientos, sobre acciones de ataque con dos marchar y fondo, incorporando el contraataque a la defensa con la distancia.

Consejo metodológico

Se puede realizar como estrategia metodológica que un grupo de alumnos prepare un conjunto de acciones técnico-tácticas y que posteriormente realicen una enseñanza recíproca de los aprendizajes logrados, o bien que propongan diferentes soluciones tácticas a las situaciones que se generen.

- Realización de asaltos libres.

Consejo metodológico

El asalto es un combate entre dos esgrimistas o tiradores, como se denominan en el argot de la esgrima. Hay 3 tipos de asaltos en competición: el de las eliminatorias previas (poule), que lo gana quien llega primero a 5 tocados en un tiempo máximo de 3 minutos, deteniendo el reloj en las paradas. Las eliminatorias directas (cuartos de final, semifina-

les, etc.) se disputan a 15 tocos, con 9 minutos de tiempo. Finalmente, también hay enfrentamientos entre equipos de 3 tiradores, donde el marcador es a 45 tocos, y en los que se compite por relevos, de forma que cada tirador de un equipo debe competir con los tres del equipo contrario a 5 tocos (9 asaltos, en los que el marcador es acumulativo: 5, 10, 15... 45 tocos).

El profesorado deberá adaptar el reglamento según convenga; por ejemplo, proponer asaltos a 3 tocos favorecerá un mayor número de cambios de rival, o lo que es lo mismo, una finalización más rápida de los asaltos.

- Práctica de asaltos en diferentes entornos y situaciones (en un banco sueco para los dos rivales, en un banco sueco para cada rival, un banco para cada equipo de rivales, con una red entre rivales, 2x2, etc.).

OBJETIVO 5

Reconocer los elementos fundamentales del arbitraje: la aplicación del reglamento y la dirección del combate mediante las voces del árbitro y la frase de armas

- Arbitraje de los asaltos con aplicación de la normativa adaptada al sable espuma.
- Práctica de tareas de asesoramiento al arbitraje donde se realiza la observación de los asaltos y se colabora con la determinación de la validez del toco.

Consejo metodológico

A medida que adelantan las sesiones, el profesorado propone la realización de asaltos, incorporando de forma progresiva el reglamento adaptado (tabla 2) hasta la aplicación de la normativa sencilla de asaltos. La propuesta de reglamento adaptado puede modificarse en función de los objetivos perseguidos.

- Aplicación de la convención de combate en los asaltos.

Consejo metodológico

La esgrima tiene 3 modalidades: espada, florete y sable. En la espada, el primero que toca gana el punto; si se tocan los dos, un punto para cada uno. En florete y sable se aplica la convención o re-

glamentación interna, aquí no puede haber tocos dobles; cuando los dos tiradores se tocan a la vez, el árbitro otorga el punto a quien ha tenido la iniciativa (ofensiva).

La convención (normativa compleja de los asaltos), adaptada al sable espuma, representa un salto cualitativo en la integración de los elementos técnicos, tácticos, cognitivos y actitudinales, pero también un importante nivel de comprensión e implicación en la actividad por parte del profesorado y del alumnado.

Una unidad didáctica de 10 sesiones es demasiado corta para aplicar la convención; se recomienda aplicar la normativa compleja en unidades de programación superiores a las 15 horas, si las características del grupo lo aconsejan. (Tabla 2)

OBJETIVO 6

Respetar la aplicación del reglamento por parte de los compañeros

OBJETIVO 7

Saludar a los compañeros antes y después de cada tarea

- Práctica de juegos: asaltos de poule (minicompetición).

Consejo metodológico

La "poule" o minicompetición es una fórmula de competición de la esgrima oficial que, autogestionada por el propio alumnado, facilita la organización de la sesión.

Esta fórmula permite al alumnado entrar en contacto con los diferentes roles de la competición.

- En el rol de tirador: poner en práctica todos los elementos aprendidos con el máximo nivel de dificultad (oposición competitiva)
- En el rol de árbitro: poner en práctica los conocimientos teóricos adquiridos, la responsabilidad de "decidir" sobre los compañeros y la necesidad de "dirigir" su práctica.
- En el rol de asesor: observar, analizar las acciones y colaborar con la tarea del árbitro
- En todos los roles: necesidad de tomar decisiones de forma rápida y acertada; respeto hacia el compañero en las decisiones tomadas.

Como fórmula organizativa se puede usar en los asaltos, o bien, con otras formas jugadas ideadas para lograr los objetivos de la unidad didáctica.

A. Reglamento

1. Es obligatorio saludar al rival (y al árbitro si lo hay) antes de comenzar el asalto y al finalizarlo. (*Tabla 1: D1, D2 y E1*).
2. Tan sólo son válidos los tocados hechos al tronco (por encima de la cadera), cabeza y brazos. El tocado se debe hacer con la hoja del sable, no con la cazoleta (parte del sable que protege la mano).
3. La pista será un rectángulo de 10x1m (el profesorado podrá sugerir otras dimensiones o formas: circular, cuadrada...).
4. Las irregularidades leves se sancionan con una tarjeta amarilla. La segunda tarjeta amarilla y sucesivas se sancionan con una tarjeta roja.
5. Se sanciona con tarjeta amarilla en los siguientes casos:
 - a) El tirador que provoca el contacto físico con el rival o un tocado con la cazoleta
 - b) La protesta a cualquier decisión del árbitro o de sus asesores, o desconsideraciones leves (gestos, etc.)
 - c) Dar la espalda al rival, salir por el lateral de la pista u otras situaciones que el profesorado considere pertinente añadir.
6. Se sanciona con tarjeta roja (tocado en contra) en los siguientes casos:
 - a) Por cada tarjeta amarilla que reciba tras la primera, en cada asalto (en cada asalto el “marcador” de tarjetas se pone a cero)
 - b) El tirador que provoca un contacto físico o con la cazoleta, violento (choques, empujones, etc.).
 - c) La desconsideración grave a cualquier compañero (tirador, árbitro, asesor, observador, etc.) o al profesorado.
 - d) No saludar (antes o después) al rival o al árbitro.
7. Normativa simplificada, sin convención:
 - a) Los tocados dobles, simultáneos, no son considerados. Sólo un tirador puede ganar el punto en cada acción.
 - b) Sólo es válido aquel tocado que toca claramente antes que el tocado rival.
 - c) Si hay duda, el árbitro decide; si no hay árbitro, por acuerdo de los tiradores; si no hay acuerdo, no hay punto para nadie.
8. Normativa compleja, con convención (es opcional)
 - a) Se aplican los puntos “a” y “c” de la normativa simplificada (el “b” no).
 - b) Si los dos tiradores se tocan gana aquel que hace la acción ofensiva (*Tabla 1*). Si los dos atacan a la vez se anula la acción.
 - c) Si un alumno inicia la acción de tocado con posterioridad al atacante (contraataque), y tocan los dos, el contraataque pierde el punto.
 - d) Si sobre una acción de ataque se produce una parada (acción defensiva) con éxito (el ataque inicial no toca), el atacante pierde la iniciativa, que pasa al defensor si éste hace una nueva acción ofensiva (respuesta) de forma inmediata (ver definiciones de la *tabla 1*). Si el atacante continúa su acción tocando al tirador (continuación) que hace correctamente la parada y respuesta, su acción será considerada contraataque y perderá el punto.

B. Arbitraje

1. Hay un árbitro que dirige el combate. Para empezar el asalto ordena al alumnado que se pongan “*¡En guardia!*”, les pregunta si están “*¿Preparados?*” y si lo están, inicia el asalto diciendo “*¡Adelante!*”. Cuando hay un tocado o alguna acción que requiere parar el asalto (sanciones...) dice “*¡Alto!*”, y posteriormente explica su decisión (tocado a la derecha, tocado a la izquierda, tarjeta amarilla por protestar, etc.).
2. El árbitro define lo sucedido tras cada acción (frase de armas) y expone el resultado.
3. Si se aplica la convención (normativa compleja) se debe definir la frase de armas en cada acción de tocado (es decir, explicar todo el proceso; por ejemplo: “A” ataca, “B” hace una parada correcta y una respuesta que toca, mientras “A” hace una continuación, por lo tanto, “B” gana el tocado).

Consejo metodológico:

El arbitraje de los asaltos puede ser un excelente medio de evaluación formativa, donde el profesorado observará si el alumno que hace este rol reconoce bien las acciones (ofensiva, defensiva, contraofensiva...), el reglamento y, sobre todo, los valores requeridos en su aplicación (respeto, sinceridad, etc.).

4. Si el profesorado lo considera oportuno se pueden añadir más roles:
 - a) Un árbitro, que dirige el asalto (si no hay anotador, también anota los resultados de la poule) (*Figura 2*).
 - b) Dos asesores, con la función de ayudar al árbitro a observar si ha habido tocado válido. Si sólo hay un asesor, se situará en la banda contraria a la zona de combate, desde donde observará los tocados que no son accesibles al campo visual del árbitro.
 - c) Un anotador, que se responsabiliza de anotar los resultados en la correspondiente hoja (*poule*) y establecer el orden de participación.
5. El árbitro sanciona con tarjeta amarilla o roja las infracciones de los tiradores.

Tabla 2

Elementos de reglamento y arbitraje adaptados al sable espuma.

N.º	Nombre/Número	1	2	3	4	5	6	V	Vic/As	Td	Tr	Td - Tr	Clas.
1	Laura		V	V	V	V	V	5	1	25	7	18	1
2	Tomás	1		V	V	V	4	3	0,6	20	19	1	3
3	Andrea	2	4		V	V	V	3	0,6	21	17	4	2
4	Álex	2	4	0		2	V	1	0,2	13	24	-11	5
5	Mónica	0	1	4	V		1	1	0,2	11	22	-11	6
6	Rafa	2	V	3	4	V		2	0,4	19	20	-1	4

v = Victorias en los asaltos. Vic/As = Victorias por número de asaltos. Td = Tocados dados. Tr = Tocados recibidos. Td - Tr = Tocados dados menos tocados recibidos.
Clas. = Clasificación.

Figura 2

Ejemplo de una poule entre 6 participantes. En horizontal el resultado conseguido y en vertical el del rival. Las victorias se anotan con una "V" y las derrotas con los tocados recibidos. En el recuento, cada "V" equivale al número de tocados del asalto (5, o los que el profesor decida).

Actividades de evaluación y criterios

Evaluación inicial

Como evaluación inicial proponemos que el alumnado conteste un breve cuestionario para valorar sus conocimientos previos, con preguntas como:

- ¿Conoces el deporte de la esgrima?
- ¿Lo has visto alguna vez en la televisión o has asistido a alguna competición?
- ¿Cuál crees que es el objetivo para conseguir ganar un punto?
- ¿Cómo se gana un asalto?

Consejo metodológico

También podemos hacer una valoración procedimental inicial al observar los primeros juegos. En éstos veremos si el alumnado gestiona la distancia para procurar tocar y no ser tocado, si perfila el cuerpo y flexiona las piernas, si adelanta la mano armada amenazando al rival y protegiendo su cuerpo y, también, si cuida el material y respeta a los compañeros en estas fases de juego menos acotadas.

Evaluación formativa

Según los diferentes objetivos de la unidad didáctica, la evaluación se distribuirá de la siguiente manera:

- Contenidos procedimentales: objetivos 1, 2 y 3.
Fichas de evaluación 1, 2, 3 y 4.
- Contenidos conceptuales: objetivos 4 y 5.
Fichas de evaluación 5 y 6.
- Contenidos actitudinales: objetivos 6 y 7.
Ficha de evaluación 7.

Presentación de las fichas

Para cada objetivo se ha diseñado una ficha de evaluación (figs. 3 a 9) que nos será muy útil para la elaboración de los instrumentos de evaluación de la unidad didáctica. En esta ficha se encuentra en primer lugar la actividad que servirá para evaluar el objetivo que se pretende, y en segundo lugar, los criterios para evaluarlo.

Consejo metodológico

Se puede aprovechar la fase de análisis de resultados (la parte final) de las últimas dos sesiones de la unidad didáctica para evaluar los dos últimos objetivos.

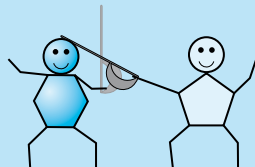
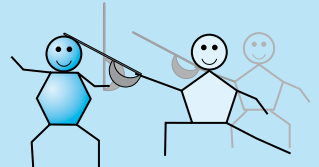
Evaluación sumativa

Con las 7 fichas de evaluación, el profesorado obtendrá una puntuación de cada alumno entre 0 y 20 puntos. Dividiendo por dos la suma de puntos conseguidos obtendremos la evaluación final de cada alumno.

UD Esgrima:

FICHA DE EVALUACIÓN 1

OBJETIVO 1 Reconocer la distancia individual con la utilización del sable espuma

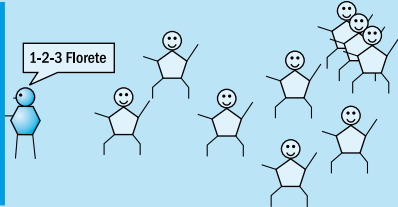

Actividad de evaluación	Criterios de evaluación: Bien = 1 Regular = 0,5 Mal = 0					
<p>Práctica de los ataques y las paradas de 3.ª, 4.ª y 5.ª Valoramos la acción de ataque</p> <p>El alumno evaluado realiza una primera acción de ataque (elemento evaluado). Posteriormente la repite, pero el compañero hace la parada correspondiente</p>	<p>Sin desplazamiento</p> 	<p>Con un fondo</p> 				
	<ul style="list-style-type: none">• Cuerpo equilibrado en el tocado• Toca con golpe de dedos	<ul style="list-style-type: none">• Cuerpo equilibrado en el tocado• Toca con golpe de dedos• Sale antes el brazo que las piernas				
Alumno	Bien	Regular	Mal	Bien	Regular	Mal

▲
Figura 3

UD Esgrima:

FICHA DE EVALUACIÓN 2

OBJETIVO 2 Ejecutar de manera correcta los desplazamientos: el marchar

Actividad de evaluación	Criterios de evaluación: Bien = 1 Regular = 0,5 Mal = 0					
Juego: “1-2-3 florete” a) Evaluamos la marcha del alumno b) Evaluamos la estabilidad de la guardia después de un desplazamiento	Marchar 			Estabilidad de la guardia después de un desplazamiento 		
	<ul style="list-style-type: none">• Inicio con la pierna de delante• Se desplaza sin hacer saltos• Tiene las piernas semiflexionadas			<ul style="list-style-type: none">• Recupera el equilibrio en la guardia• Tiene las piernas semiflexionadas• Mantiene los pies separados		
Alumno	Bien	Regular	Mal	Bien	Regular	Mal

▲
Figura 4

UD Esgrima:

FICHA DE EVALUACIÓN 3

OBJETIVO 2 Ejecutar de manera correcta los desplazamientos: romper y fondo

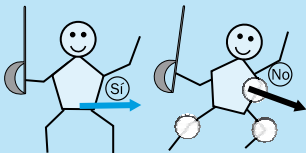
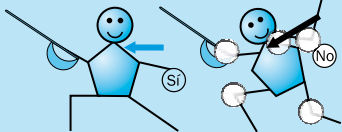
Actividad de evaluación	Criterios de evaluación: Bien = 1 Regular = 0,5 Mal = 0					
Juego: “ataque con 2 marchar y fondo” y defensa con la distancia a) Evaluamos la fase final del fondo del alumno que realiza el ataque b) Evaluamos la fase final del romper del alumno que realiza la acción defensiva	Romper (fase final) 			Fondo (fase final) 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Mantiene el cuerpo equilibrado • Pierna anterior semiflexionada • Pierna posterior semiflexionada 			<ul style="list-style-type: none"> • Mantiene el cuerpo equilibrado y estira el brazo • Pierna anterior en flexión (bloqueo) • Pierna posterior en extensión 		
Alumno	Bien	Regular	Mal	Bien	Regular	Mal

Figura 5

UD Esgrima:

FICHA DE EVALUACIÓN 4

OBJETIVO 3 Adquirir un dominio básico de las técnicas básicas: ataques, paradas y respuestas


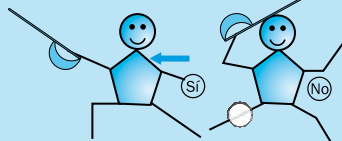
Actividad de evaluación	Criterios de evaluación: Bien = 1 Regular = 0,5 Mal = 0					
Serie de combinación de ejercicios de parada y respuesta “A” ataca con fondo a la cabeza. “B” para 5. ^a y “A” vuelve a la guardia. “B” responde (fondo) a) Evaluamos la parada de “B” b) Evaluamos la respuesta de “B” con fondo	Parada de 5.^a 			Respuesta con fondo 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Mantiene el equilibrio en la parada • Bloqueo de la parada (no extensión) • Piernas semiflexionadas 			<ul style="list-style-type: none"> • Inicio con el brazo (no con las piernas) • Extensión hacia delante del brazo (no armarlo detrás o arriba) 		
Alumno	Bien	Regular	Mal	Bien	Regular	Mal

Figura 6

UD Esgrima:**FICHA DE EVALUACIÓN 5****OBJETIVO 4** Diferenciar las acciones de la esgrima: ofensiva, defensiva y contraofensiva**Actividad de evaluación:** Cuestionario**Criterios de evaluación:** 4 preguntas; 0,5 puntos por pregunta correcta (Escoje una única opción de respuesta)**Alumno****1. ¿Qué diferencia hay entre una respuesta y un contraataque?**

- a) Ninguna, son iguales.
- b) La respuesta es una acción defensiva y el contraataque ofensiva.
- c) El contraataque se realiza después de una parada y la respuesta no.
- d) La respuesta es una acción ofensiva y el contraataque no.

2. Si un tirador hace dos romper con el objetivo de hacer fracasar el ataque del rival, ¿qué está haciendo?

- a) Una acción contraofensiva.
- b) Una acción defensiva.
- c) Una acción ofensiva.
- d) Una acción de preparación para hacer un tocado.

3. ¿Cuál es la característica de una acción contraofensiva?

- a) Que siempre gana el tocado.
- b) Que tiene la iniciativa en la acción.
- c) Que no tiene la iniciativa de la acción.
- d) Que se anticipa, y eso siempre es bueno.

4. ¿Qué diferencia hay entre un ataque y un contraataque?

- a) Ninguna, son iguales.
- b) El ataque es una acción ofensiva y el contraataque una acción defensiva.
- c) Con el ataque se busca el tocado, mientras que en el contraataque no.
- d) El ataque es una acción ofensiva y el contraataque no.

Respuestas correctas:

- Pregunta 1: d)
- Pregunta 2: b)
- Pregunta 3: c)
- Pregunta 4: d)

▲
Figura 7

UD Esgrima:**FICHA DE EVALUACIÓN 6**

OBJETIVO 5 Reconocer los principales elementos del arbitraje: la aplicación del reglamento y la dirección del combate mediante las voces del árbitro y la frase de armas

Actividad de evaluación: Cuestionario

Criterios de evaluación: 4 preguntas; 0,5 puntos por pregunta correcta (Escoje una única opción de respuesta)

Alumno

1. ¿Qué dice el árbitro al comenzar cada tocado?

- a) ¿Preparados? ¿Listos? ¡Ya!
- b) ¿Preparados? ¿En guardia? ¡Adelante!
- c) ¿En guardia? ¡Adelante!
- d) ¡En guardia! ¿Preparados? ¡Adelante!

2. ¿Qué hará el árbitro cuando un tirador sale con los dos pies por el límite posterior de la pista?

- a) Dirá: "¡Alto!" y le pedirá que vuelva a entrar en la pista.
- b) Dirá: "¡Alto!" y le sancionará con un tocado en contra.
- c) Le sancionará con un tocado en contra.
- d) Le pedirá que vuelva a entrar en la pista.

3. ¿Cuál es la función del asesor?

- a) Observar el asalto y decidir en caso que el árbitro se despiste.
- b) Asesorar al árbitro dando su opinión de cómo ha visto las acciones.
- c) Observar los tocados que recibe uno de los dos tiradores y comunicarlo al árbitro.
- d) Observar el asalto y asesorar tácticamente a los tiradores.

4. ¿Qué hará el árbitro si un tirador le protesta una decisión?

- a) Discutirá con él.
- b) Lo expulsará del combate.
- c) Le sancionará con una tarjeta amarilla y le invitará a ponerse en guardia.
- d) Le estrechará la mano, le dará la razón y seguirá el combate sin problemas.

Respuestas correctas:

- Pregunta 1: d)
- Pregunta 2: b)
- Pregunta 3: c)
- Pregunta 4: c)

Figura 8

UD Esgrima:**FICHA DE EVALUACIÓN 7**

OBJETIVOS 6 y 7 Respetar la aplicación del reglamento por parte de los compañeros.
Saludar a los compañeros antes y después de cada tarea.

Criterios de evaluación: Se parte de 8 puntos positivos. Para cada conducta no correcta durante el desarrollo de la unidad didáctica hay una penalización de 0,25 puntos

Penalizaciones/Alumno:	1	2	3	4	5	Total
Tajetas amarillas						
Tarjetas rojas (doble penalización)						
No saludar al inicio o final de un asalto o actividad						
Faltar al respeto a un compañero o profesor						
...						

Figura 9

La distribución por contenidos será la siguiente:

- Contenidos procedimentales: 0 a 8 puntos: 40 % de la nota.
 - En cada ficha se valoran dos actividades (0, 0,5 o 1 punto por actividad).
- Contenidos conceptuales: 0 a 4 puntos: 20 % de la nota.
 - Cada ficha equivale a un cuestionario (0 a 2 puntos por ficha).
- Contenidos actitudinales: 0 a 8 puntos: 40 % de la nota.
 - Hoja de registro actitudinal. El alumnado tiene una posición de salida con 8 puntos positivos, de los cuales el profesorado restará las diferentes penalizaciones siguiendo los criterios establecidos en la ficha. Se utiliza durante toda la unidad didáctica y los ítems a valorar son activados por el profesorado a medida que los explica.

Temporalización

Véase *tabla 3* (página siguiente).

Estrategias didácticas

Estilos de enseñanza

El profesorado puede utilizar estrategias diferenciadas con el fin de presentar los contenidos de esgrima al alumnado. Los estilos de enseñanza reproductivos, sobre todo mando directo y asignación de tareas, ayudarán al alumnado a fijar elementos técnicos en base a la imitación y repetición de técnicas, mientras que los estilos de enseñanza productivos, sobre todo descubrimiento guiado y resolución de problemas, desarrollarán el pensamiento táctico de este deporte de oposición.

Del mismo modo, el orden de aparición de estos contenidos también puede ser gestionado diferencialmente por los docentes. Por ejemplo, hay quien prefiere fijar los diferentes elementos técnicos antes de iniciar situaciones de juego, mientras que hay quienes prefieren que sea el alumnado quien los vaya descubriendo de manera paulatina presentándole los diferentes elementos tácticos y reglamentarios a medida que se conocen las técnicas específicas.

Sesión	Objetivos	Contenidos	Actividades de enseñanza-aprendizaje	Evaluación
1		• Presentación de la UD y evaluación inicial	Presentación de la UD y cumplimentación de un cuestionario sobre la esgrima	Inicial
	1 (Distancia)	• Participación activa en las sesiones • Respeto por los compañeros, reglas y materiales • Control de la agresividad en las acciones	Montaje del sable espuma. Juegos de persecución (se añaden variantes): • Todos contra todos: tocar las piernas; cambios de mano; cogerse la parte del cuerpo tocada... • Grupos reducidos: agrupación por colores del sable espuma o numérica (lucha de colores...) • Por parejas: libre, con acotación del espacio de combate	
	2 (Desplazamientos)	• Posición de guardia, marchar y romper	• Ejercicios de aprendizaje dirigidos por el profesor • Tareas de imitación y seguimiento (el espejo, el rey...) y ejercicios de control de la distancia	
2	2	• Combinación de desplazamientos	• Juegos con desplazamientos de esgrima (el pañuelo, relevos, velocidad reacción...) • Control de la distancia de tocado con el rival mediante los desplazamientos	
	1	• Gestión de la distancia individual de tocado • Control de la agresividad en las acciones	• Control de la distancia de tocado con el rival mediante los desplazamientos • Juegos: cambios de ritmo, modificaciones de distancia, diferentes niveles de oposición...	
	3 (Técnicas)	• La toma del arma y el golpe de dedos	• Aprendizaje de la toma del arma y ejercicios de golpe de dedos	
	7 (Saludo)	• El saludo final (apretón de manos)	• Asaltos libres a 3 tocados, con incorporación del saludo antes de cambiar de rival	
3	1 y 2	• Los desplazamientos y el fondo	• Práctica de ejercicios de habilidad con el sable espuma con elementos externos (globos, picas...) • Ejercicios de aprendizaje dirigidos por el profesor y tareas de imitación y seguimiento	
	3	• Los tocados de corte a diferentes blancos	• Selección de diferentes blancos de tocado y diferentes ritmos de ejecución • Ejercicios de “defensa con la distancia”, dejando corto el ataque de los rivales	
	4 (Acciones)	• Acciones ofensivas y defensivas	• Juego: “ataque con 2 marchar y fondo”: y defensa con la distancia (y variantes)	
	7	• El saludo previo (con el arma)	• Incorporamos el saludo previo en cada cambio de pareja (... y también la final)	
4	1, 2 y 4	• La guardia, marchar y romper	• Juegos tradicionales: 1-2-3 “florete” (pica pared)	Objetivo 2; ficha evaluación 2.
	4	• Acciones ofensivas y defensivas	• Juego: “ataque con 2 marchar y fondo”: y defensa con la distancia (y variantes)	
	7	• Aceptación del propio nivel de ejecución		
	1 y 3	• Las paradas		• Aprendizaje de las paradas de 3.ª, 4.ª y 5.ª
	5 (Arbitraje)	• Las voces del árbitro	• Asaltos libres a 3 tocados, con incorporación de la figura del árbitro	

Tabla 3
Temporalización.

Sesión	Objetivos	Contenidos	Actividades de enseñanza-aprendizaje	Evaluación
5	3	• Las respuestas	• Ejercicios de aprendizaje y práctica de las respuestas tras cada parada.	Objetivo 2; ficha evaluación 3.
	2	• Desplazamientos de esgrima y distancia	• Juego: “ataque con 2 marchar y fondo” y defensa con la distancia	
	5	• La reglamentación adaptada al sable espuma	• Explicación de la pista, la duración del asalto y la forma de tocar y ganar los puntos	
6	1 y 3	• Las paradas y respuestas	• Práctica de las paradas de 3.ª, 4.ª y 5.ª y aprendizaje de las respuestas	
	4	• Acciones contraofensivas	• Forma jugada: “ataque 2 marchar y fondo” y defensa con distancia, introduciendo el contraataque	
	5	• La reglamentación adaptada al sable espuma	• Asaltos con arbitraje aplicando la normativa sencilla	
7	4	• Las acciones de esgrima	• Explicación teórica de las acciones de esgrima: aplicaciones tácticas y reglamentarias	
	5	• Los roles de árbitro, de asesor y de anotador	• Asaltos con arbitraje y asesores aplicando la normativa sencilla	
	3	• Realización de la técnica de mano del sable	• Series de combinación de ejercicios de parada y respuesta	
8	5	• Los roles de árbitro, de asesor y de anotador • La reglamentación adaptada al sable espuma	• Explicación del funcionamiento de una poule y del sistema de anotación	Objetivo 3; ficha evaluación 4.
	2 y 7	• Control de la agresividad en las acciones	• Progresiones de ejercicios sobre ataques, paradas de 3.ª, 4.ª y 5.ª y las respuestas	
	5	• La reglamentación adaptada al sable espuma	• Explicación del funcionamiento de una poule y del sistema de anotación	
9	6 y 7 (Respeto)	• Aceptación de los diferentes roles • Reconocimiento de tocados recibidos o no dados • Aplicación de los valores en la esgrima	• Realización de diferentes “poules” (liguillas). Cada “poule” se autogestiona con la asignación de los diferentes roles: tirador, árbitro, asesor, anotador	Objetivos 6 y 7; ficha evaluación 7.
	4	Diferenciar las acciones de la esgrima	• Cuestionario	
	6 y 7	• Aceptación de los diferentes roles • Reconocimiento de tocados recibidos o no dados • Aplicación de los valores en la esgrima	• Realización de diferentes “poules” (liguillas). Cada “poule” se autogestiona con la asignación de los diferentes roles: tirador, árbitro, asesor, anotador. • Continuar la competición en un sistema de eliminación directa	
10	5	Reconocer los rasgos básicos del arbitraje	• La reglamentación y el arbitraje (cuestionario)	Objetivo 5; Ficha evaluación 6.

Tabla 3 (Continuación)
Temporalización.

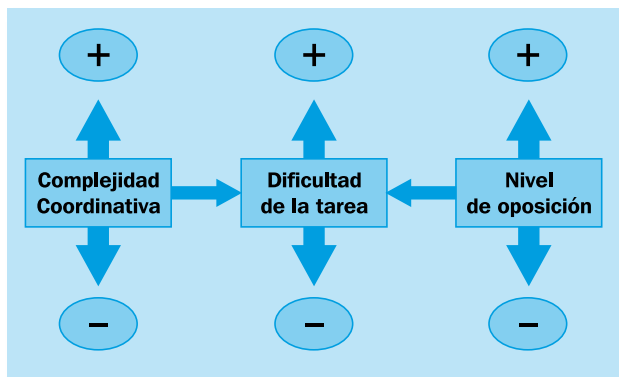


Figura 10

Condicionantes metodológicos en la graduación de la dificultad de la tarea en la propuesta de progresión de ejercicios en la esgrima (Iglesias, 2004).

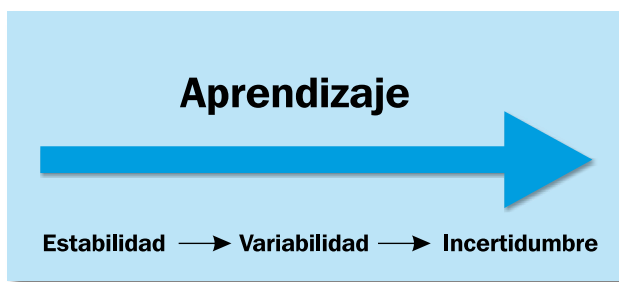


Figura 11

Progresión del aprendizaje en la esgrima.

Independientemente de la estrategia utilizada, el docente debe proponer situaciones técnico-tácticas asumibles para el alumnado según su nivel de asimilación motriz y cognitivo. Por ello resulta conveniente que la **dificultad de las tareas** propuestas por el profesorado se articule en base a dos grandes condicionantes: en primer lugar, la **complejidad coordinativa** que supone para el alumnado la realización de un determinado ejercicio a un ritmo concreto; en segundo lugar, el **nivel de oposición** (colaboración-oposición) que pone el compañero-rival en función del ejercicio (fig. 10).

De este modo, el profesorado incrementará la dificultad de los ejercicios a medida que comprueba el nivel de logro de los objetivos de cada uno de ellos por parte del alumnado (por ejemplo, realizar correctamente 2 de cada 3 acciones). Para aumentar la dificultad puede proponer nuevos elementos técnicos, solicitar al alumnado la ejecución de técnicas a una velocidad de ejecución más elevada, pedir una combinación de desplazamientos

más compleja, o, finalmente, proponer al compañero-rival que deje de colaborar en el ejercicio para convertirse en un rival y realizar oposición.

Para profundizar en la enseñanza de la esgrima

En unidades didácticas de pocas sesiones no disponemos de demasiado tiempo para detenernos en la corrección técnica, cuando menos en su detalle, pero si el planteamiento es de unidades de programación de mayor volumen horario, debemos considerar que en la progresión de los contenidos técnicos se debería mantener la coherencia del proceso de aprendizaje de un deporte individual, de oposición e interacción como es la esgrima. La progresión de los elementos técnicos se debe hacer según los siguientes criterios progresivos (fig. 11):

- Estabilidad del aprendizaje técnico: el alumnado debe ser capaz de reproducir el gesto aprendido en iguales condiciones (el compañero colabora).
- Variabilidad en la aplicación técnica: el alumnado adapta los elementos aprendidos a diferentes situaciones como el ritmo de ejecución o la distancia del compañero (el compañero dificulta).
- Incertidumbre en la situación: el alumnado debe ser capaz de tomar la decisión correcta, utilizando la técnica como instrumento, en las diferentes situaciones que se producen (el compañero se opone).

Referencias bibliográficas

Lecturas básicas

Alarcía, L.; Alonso C. J. y Saucedo, F. (2000). *Esgrima con sables de espuma*. Madrid: Esteban Sanz.

En este libro encontraréis información ampliada sobre los contenidos de la esgrima trabajados en este artículo, así como de otras propuestas y un interesante desarrollo metodológico basado en el pensamiento táctico.

Iglesias, X. (1991). *Esgrima. Colección "Seréis campeones"*, núm.7: Barcelona: La Vanguardia.

En este librito encontraréis información básica sobre los fundamentos técnicos, didácticos y reglamentarios de la esgrima.

Alarcía, L.; Alonso, C. y Saucedo, F. (1999). La esgrima: relación con el currículum de E.F. y adaptaciones para su implantación. *Revista Española de Educación Física y Deportes* (6), 2:5-10.

Alonso, C. J.; Saucedo, F. y Alarcía, L. (1998). La esgrima como contenido educativo en la Educación Física. *Revista de Educación Física* (72), 33-37.

Barceló, G.; Palmero, A. y Herrera, V. (2003). *Capbussa't a la pisci-*

- na. Unitat de programació per al cicle superior de primària. Barcelona: Ajuntament de Barcelona.
- Bastianini, L.; Di Cio, A. y Gori, M. (1996). *La scherma come gioco e sport*. Roma: Società stampa Sportiva.
- Daza, G. y González Arévalo, C. (1996). *Llança't al Mini-Handbol!* Unitat de programació. Barcelona: Federació Catalana d'Handbol.
- (1997). *Handbol?... Quina passada!* Crèdit comú per secundària. Barcelona: Federació Catalana d'Handbol.
- Departament d'Ensenyament (2002). *Curriculum d'Educació Física*. Departament d'Ensenyament de la Generalitat de Catalunya.
- FFE - Fédération Française d'Escrime. *Manuel de l'escrime scolaire*. París: Fédération Française d'Escrime.
- Fullana, T.; Hernando, A. y Cardona, M. (2003). *Llança't a l'aigua*. Crèdit variable per a primer cicle de secundària. Barcelona: Ajuntament de Barcelona.
- González Arévalo, C. (2005). El proceso de programación en la enseñanza de la actividad física y el deporte. *Apunts. Educación Física y Deportes* (80), 20-28.
- Iglesias, X. (2004). *Iniciació a l'esgrima en l'àmbit escolar mitjançant materials alternatius*. Institut Nacional de Educació Física de Catalunya. XII Cursos de verano de la educación física y el deporte. Barcelona, 28 de junio al 2 de julio de 2004.
- Popelin, D. (2002). *Escrime. Enseignement et entraînement*. París: Amphora.
- Revenu D. (1985). *Initiation à l'escrime, une démarche pour l'école*. París: Vigot.
- Touchard, Y. (ed.). (1990). *Les sports de combat, les jeux d'opposition à l'école élémentaire*. Octubre de 1990. París: Revue EPS.
- Zatsiorski, V. M. (1989). *Metrología deportiva*. La Habana: Pueblo y Educación.